

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari pembahasan yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran *Problem-Based Learning* (PBL) terbukti efektif dalam meningkatkan prestasi dan hasil belajar peserta didik. Hal ini terbukti ketika sebelum diberikan metode pembelajaran *Problem-Based Learning* (PBL), prestasi peserta didik menunjukkan nilai yang sangat rendah.

Pada siklus 1 setelah penerapan metode PBL, terjadi peningkatan meskipun belum signifikan dan belum mencapai target yang diharapkan. Namun pada siklus 2, terjadi peningkatan yang signifikan dalam hasil belajar peserta didik. Peningkatan yang mencolok pada siklus kedua ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran *Problem-Based Learning* (PBL) memiliki dampak yang sangat positif terhadap prestasi akademik peserta didik.

PBL tidak hanya membantu peserta didik memahami materi dengan lebih baik, tetapi juga mendorong mereka untuk berpikir kritis, menyelesaikan masalah secara mandiri, dan bekerja sama dalam kelompok. Ini memperkuat keterampilan kognitif dan sosial mereka, yang secara keseluruhan berkontribusi pada peningkatan prestasi akademik. Oleh karena itu, penerapan metode pembelajaran *Problem-Based Learning* (PBL) sangat dianjurkan sebagai strategi untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan hasil belajar peserta didik.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada guru pendidikan jasmani agar dapat menggunakan model pembelajaran *Problem-Based Learning (PBL)* dalam proses pembelajaran khususnya pada pembelajaran Teknik *passing* bawah bola voli.
2. Untuk Guru Agar menggunakan model pembelajaran *Problem-Based Learning (PBL)* karena terbukti dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik pada materi *Passing* bawah bola voli.
3. Untuk peserta didik agar belajar lebih giat lagi agar mendapatkan prestasi dan hasil belajar yang diinginkan.